日　付：2024 年 7 月 31 日
研修名：2024 年度 第 2 回 JR 広島病院 教育研修会
ﾀｲﾄﾙ　：「命」から「いのち」へ　人生のシナリオ（アドバンスケアプランニング：ACP）を考える
氏　名：沖政盛治
所　属：JR 広島病院 緩和ケア内科

緩和ケア、アドバンスケアプランニングは各々の人生にとってとても大切なことである。がしかし、世の中では一定の抵抗感がある。我々医療者は、正確な理解のもと患者、家族をはじめとする世の中に啓発していく必要がある。「命」から「いのち」へと題し、その神髄に光を当てていきたい。

人の「命」の歩みは大きく 4 つに分けられる。突然に人生を閉じるパターン。基礎疾患を持ち合わせながら悪化、改善を繰り返しつつ人生を閉じるパターン。特に大きな疾患はないが徐々に消耗が進み、穏やかに人生を閉じるパターン。そして、がんの方は治療限界が来ても比較的小康を維持し、さすがに身体的限界が来たら急激に機能低下を示し人生を閉じる。いずれにして、我々は不死身ではない。そして、急に最期を迎えることもありうる。だからこそ、先を見据え、今をおろそかにせず生きる必要がある。

そのためには、将来にむけて人生設計をすることが望ましい。今元気でも、先で何が起きるかわからない。ことが起きてからでは慌ててしまってまとまりがつかない。何事も準備が大切である。そのガイドになるのがアドバンスケアプランニングである。どう転んでも良いように心づもりにつながる。そして、必要に応じ緩和ケアを活用するのである。いまだに医療者の中には、緩和ケア＝看取りの医療ととらえる人がいる。この無知さは患者、家族に不安を募らせる。緩和ケアの定義には一言も死という言葉はない。「患者と家族の生活の質を改善する取り組み」と書いてある。これによって、果たすべき治療を有効に実践できる（治療成績改善）。そして、人生を閉じる際、尊厳を守りながら見送る支援にもなる。つまり、より良い生の時間を支援するのが緩和ケアなのである。さらには、家族、友人との有意義な時間の共有を通して、人々の中に永遠に続く「いのち」を宿すことにもなる。死ぬことに焦点を当てるのではなく、一度きりの命だからこその有意義な生きざまのためアドバンスケアプランニングと緩和ケアを活用して頂きたい。